

# RESEARCH BRIEF

ภาพสะท้อนงานวิจัยด้าน

## ครอบครัว work-life balance และคุณภาพชีวิต



เสนอโดย ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.อภิชาติ จำรัสฤทธิรงค์  
และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนสิการ กาญจนะจิตรา  
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

## ภาพสะท้อนงานวิจัยด้าน

# ครอบครัว

# work-life balance

# และคุณภาพชีวิต

ประเด็นด้านครอบครัว work-life balance และคุณภาพชีวิต เป็นประเด็นวิจัย ที่สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ให้ความสำคัญมาตั้งแต่ก่อตั้งสถาบันฯ ในปี 2514 งานวิจัยในด้านนี้มีการเปลี่ยนแปลงมาโดยตลอด ตามนโยบายประชากรและกระแสวิถีชีวิตโลกและประเทศ ซึ่งภาพสะท้อนงานวิจัยในด้านนี้ตลอดระยะเวลา 50 ปีที่ผ่านมา จะมีส่วนสำคัญในการกำหนดทิศทางการวิจัยต่อไปในอนาคต

## ยุคที่ 1 : งานวิจัยด้านการวางแผนครอบครัว (พ.ศ. 2514-2537)

ในยุคแรกนี้ หัวใจสำคัญของงานวิจัยด้านครอบครัวของสถาบันฯ คือเรื่องการวางแผนครอบครัว ตามนโยบายประชากรของประเทศ และให้การวางแผนครอบครัวโดยสมัครใจ เป็นวาระแห่งชาติ เพื่อให้ประเทศพัฒนา ให้ประชากรไม่ยากจนจากคำแนะนำของ World Bank

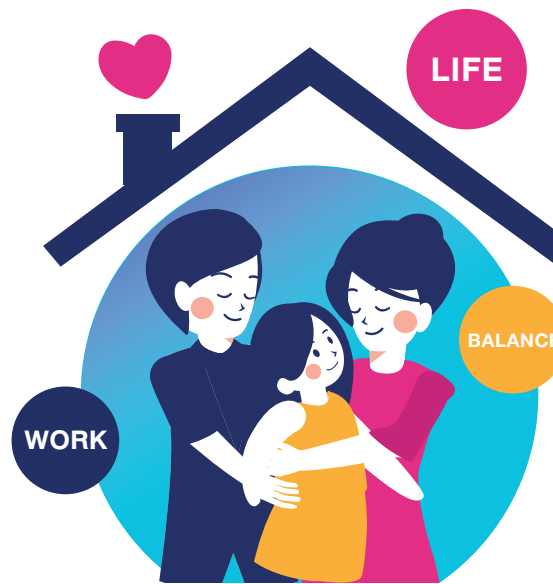
ในช่วงนี้ สถาบันฯ ทำงานวิจัยเพื่อตอบสนองนโยบายภาครัฐ ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุขและสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เพื่อศึกษาการวางแผนครอบครัวของคนไทย โดยพบว่าครอบครัวไทยมีความต้องการจำกัดจำนวนบุตรอยู่แล้ว ประกอบกับวัฒนธรรมไทยเป็นสังคมเปิด และมีการปรับตัวสูง และมีความยืดหยุ่นทั้งด้านการเลือกคู่ครอง การแต่งงาน และการสร้างครอบครัว นอกจากนี้คนไทยยอมรับวิทยาการใหม่ๆ เช่น การรักษาพยาบาลสมัยใหม่ และการวางแผนครอบครัวชนิดต่างๆ ที่ทันสมัยได้ง่าย เหล่านี้เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้การวางแผนครอบครัวของประเทศไทยประสบความสำเร็จอย่างมาก เกิดการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์จนต่ำกว่าระดับทดแทนในเวลาอันสั้น ถือเป็น reproductive revolution

## ยุคที่ 2 : งานวิจัยด้านสิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ (พ.ศ. 2537-2554)

ในยุคนี้ งานของสถาบันฯ ได้อิทธิพลของ International Conference on Population and Development (ICPD) ที่ส่งผลต่อการปรับพันธกิจของสถาบันฯ เป็นอย่างมาก ด้านการวิจัยประเด็นเรื่องครอบครัว ซึ่งรวมถึงการสร้างครอบครัว

เรื่องความสัมพันธ์ภายในครอบครัว หรือ ความสัมพันธ์ระหว่างรุ่น เรื่องเด็กและเยาวชน ซึ่งมีปัจจัยเสี่ยงต่างๆ พฤติกรรมทางเพศ และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ ตลอดจนความเป็นเมืองและการย้ายถิ่นของประชากร ซึ่งมีผลกระทบต่อครอบครัวและสุขภาพของครอบครัว เป็นประเด็นที่สถาบันฯ ให้ความสำคัญ ตัวอย่างของงานวิจัยของสถาบันฯ ในช่วงนี้ เช่น การสำรวจการย้ายถิ่นระดับประเทศครั้งแรก การศึกษาโครงการ Thai Family Matters ที่พบการถ่ายทอดจิตวิญญาณในครอบครัวที่มีผลต่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นได้ในลักษณะ role model ควบคู่ไปกับการกำกับดูแลซึ่งครอบครัวจะต้องมีบทบาทและมีทักษะสำคัญนี้มากยิ่งขึ้นในยุคนี้ และโครงการ social protection ในช่วงนั้น เราให้ความสำคัญกับเรื่องครอบครัว โดยเฉพาะในกลุ่มเปราะบาง ซึ่งมีผลกระทบต่อสุขภาพของครอบครัวชายขอบ โดยเฉพาะสมาชิกครอบครัวที่ถูกทิ้งอยู่เบื้องหลัง

จะเห็นได้ว่าในยุคนี้ ประเด็นเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ สิทธิอนามัยเจริญพันธุ์ เริ่มมีบทบาทแทนคำว่าวางแผนครอบครัว และเรื่องประชากรและการพัฒนา และสิทธิมนุษยชน เป็นประเด็นที่ถูกหยิบยกขึ้นมามากขึ้น



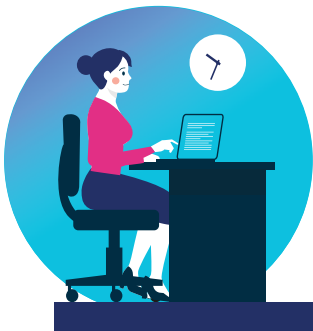
### ยุคที่ 3 : งานวิจัยด้านครอบครัว work-life balance และคุณภาพชีวิต (พ.ศ. 2554-ปัจจุบัน)

งานวิจัยในยุคนี้มีความสอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDG) ซึ่งประเทศไทยได้รับเข้ามาเป็นเป้าหมายอย่างจริงจัง เพื่อลดความเหลื่อมล้ำและเปราะบางของกลุ่มประชากร สถาบันฯ ได้พัฒนางานวิจัยเชิงปฏิบัติการมากขึ้น เพื่อมองปัญหาในระดับจุลภาค เพื่อคุณภาพชีวิตของปัจเจกบุคคลและครอบครัวไทยซึ่งได้ขยายตัวอย่างรวดเร็ว เช่น งานวิจัยเยาวชนเรื่องครอบครัวสำคัญ หรือ Family Matters ที่ถูกปรับเปลี่ยนมาเป็นการวิจัยปฏิบัติการ และการให้ความสำคัญกับครอบครัวในงานวิจัยในชุมชน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้เกี่ยวกับเหตุการณ์ความไม่สงบกับการฟื้นคืนสภาพหรือ resilience ของประชากร ซึ่งผลการวิจัยพบความสำคัญของบทบาทครอบครัวและชุมชน

ประเด็นวิจัยด้านครอบครัวที่สำคัญอีกประเด็นในยุคนี้ คือ การตัดสินใจมีบุตร ที่เป็นเรื่องละเอียดอ่อนอย่างยิ่ง โดยเฉพาะเมื่อมีปัจจัยทางเศรษฐกิจและการจัดการสมดุลชีวิตเข้ามาเกี่ยวข้อง ในปี 2560 สถาบันฯ ได้ศึกษาผลกระทบของการมีบุตรต่อชีวิตการทำงานและคุณภาพชีวิตของครอบครัว โดยได้เก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับครอบครัวที่มีบุตร และการรวบรวมข้อมูลจากสื่อสังคมออนไลน์ ข้อมูลที่ได้สะท้อนให้เห็นความยากลำบากของครอบครัวที่เพิ่งมีบุตรในการรักษาสมดุลระหว่างการทำงานและการเลี้ยงดูบุตร โดยเฉพาะผู้หญิง

ที่ต้องรับภาระการเลี้ยงลูก โดยมีต้นทุนเป็นความก้าวหน้าทางการงานและคุณภาพชีวิต งานวิจัยเรื่องนี้ได้ให้ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและมาตรการทางเศรษฐกิจที่จะเดินไปพร้อมกับการรักษาคุณภาพชีวิตของครอบครัวที่สำคัญ

สถาบันวิจัยประชากรและสังคมให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับงานวิจัยด้านครอบครัว work-life balance และคุณภาพชีวิต และจะยังมุ่งมั่นผลิตงานวิจัยในด้านนี้ต่อไป ซึ่งในอนาคตยังคงมีบริบทใหม่ๆ เช่น ความหลากหลายของสังคมและครอบครัวไทยที่กำลังเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของครอบครัวและผลักดันให้เกิดนโยบายที่ครอบคลุมมากยิ่งขึ้นที่จะยกระดับคุณภาพชีวิตของครอบครัวไทยต่อไปในอนาคต





## เอกสารอ้างอิง

---

ติดตามชมคลิปวิดีโอ



Aphichat Chamrathirong et.al. (2010). Spirituality within the family and the prevention of health risk behavior among adolescents in Bangkok, Thailand. Social Science & Medicine. Vol. 71(10).

Knodel, J. E., Chamrathirong, A., & Debavalya, N. (1987). Thailand's reproductive revolution: Rapid fertility decline in a third-world setting. The University of Wisconsin Press.

มนสิการ กาญจนะจิตรา และคณะ. (2562). #ราคาของการมีลูก เมื่องานและลูกผูกอยู่บนเชือกเส้นเดียวกัน. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.